

～LOX-index®検査について～

皆さん、LOX-index®(ロックス・インデックス)検査をご存じですか？最近注目されている検査の一つで、動脈硬化の進行リスクを測定し、将来の脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクを評価する検査です。将来のリスクを知ることによって予防や改善に役立てることができますが、現在の疾患の有無を確定するものではありません。しかし、現在の生活習慣を見直して改善することで、将来のリスクも軽減されることが期待できます。採血で調べることができますので、是非皆さんも一度、受けてみてはいかがでしょうか。

どのように評価しているの？

LOX-1

血液中から異物を取り除く働きをしています。
本検査で実際に測定しているsLOX-1はLOX-1が血中に溶け出した状態のもので、炎症で上昇することが知られています。

LAB

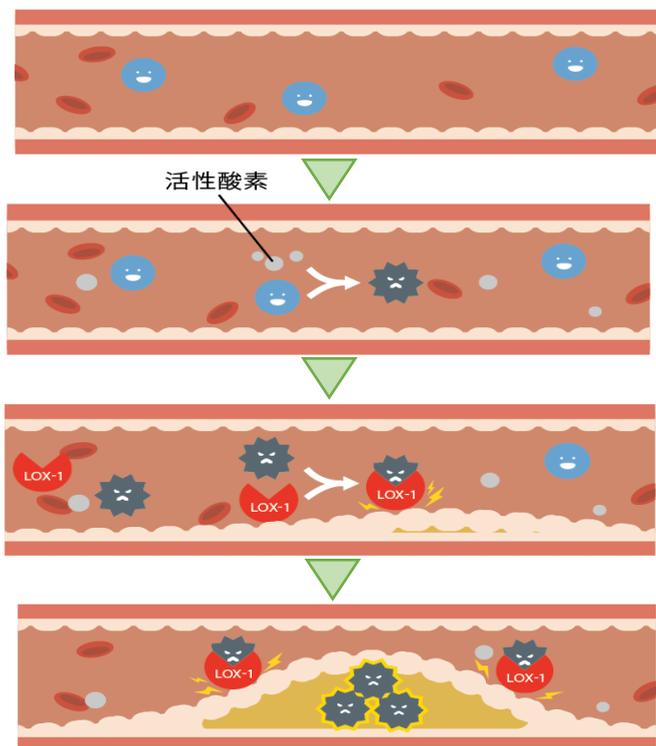
LAB(超悪玉コレステロール)は、血中のLDLコレステロールが酸化し、より悪玉化している状態のものです。
LABが高い方は、酸化ストレスが進んでいると考えられます。

通常健康診断で測定しているLDLコレステロールとは異なる物質を測定しています。
上記の2項目(sLOX-1とLAB)を測定し、その積をLOX-index®として評価しています。



sLOX-1とLABが増えるとどうなる？

-  **LDL(悪玉)コレステロール**
正常なLDLは細胞やホルモンの原料となる
-  **LAB(超悪玉コレステロール)**
活性酸素によってサビついたLDL
-  **LOX-1**
血管内膜に存在し、血液中に異物があると発現し、血管内皮細胞に障害を起こす
-  **血管内皮細胞**
血管の内膜表面にある細胞。この細胞が障害を受けると血管の構造が壊れる



正常な状態の血管ではLDL等の脂質は動脈硬化の原因にはならず、各細胞へ運ばれていきます

喫煙等の生活習慣の乱れにより、LDLが酸化されLAB(超悪玉コレステロール)になります

LAB(超悪玉コレステロール)がLOX-1と結合し、血管内皮細胞を傷つけます

動脈硬化の危険大!

血管内皮細胞が傷つき、血管の壁の中にLAB(超悪玉コレステロール)などの脂質がたまりやすくなります



LOX-index®を調べよう!



血液検査で調べることができます。

当センターでも健康診断のオプション検査として実施していますので、お気軽にご相談ください。

このような方にオススメです!

- 肥満気味である
- 高血圧、脂質異常症、糖尿病などの持病がある
- 脂っこい食事や、塩辛い食べ物が好きでよく食べる
- たばこを吸っている、または吸っていた
- 定期的に運動をしていない
- 家族に脳梗塞・心筋梗塞になった方がいる



検査対象外の方

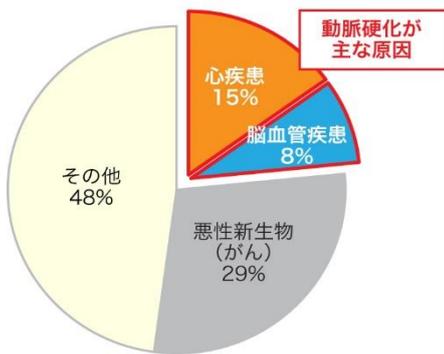
- リウマチの方
- 発熱・解熱直後の方
- 妊娠中・出産後3ヶ月後の方



※スタチンなどのお薬を服用されている場合、低い数値を示す傾向がありますが、その影響を考慮したリスクを測定するため、薬を飲んだ上で受診いただいで問題ありません。

脳梗塞・心筋梗塞のリスクを早期発見するメリット

日本人の主要な死亡原因



日本人の死亡原因の第一位は悪性新生物(がん)ですが、心疾患と脳血管疾患も多く、その合計数は悪性新生物とほぼ同水準にあります。

動脈硬化は自覚症状がないままゆっくりと進行し、ある日突然脳梗塞や心筋梗塞を発症してしまいます。

脳梗塞等を含む脳血管疾患については、その後の後遺症も重く、寝たきりの主な原因となります。また、一度発症すると再発もしやすいと報告されており、**早い段階での生活習慣の改善など、予防に努めることが大切になります。**

株式会社プリメディカホームページより抜粋



結果やその後のフォローについて

LOX-index®の検査結果は、①高リスク ②中高リスク ③中リスク ④低リスク の4つで示されます。リスクが高い方はかかりつけ医等へ相談し必要な検査を受けつつ、低リスクを目指して生活習慣の見直しや改善を行いましょ。

sLOX-1が高い場合

禁煙



喫煙は血管の炎症を引き起こし、LOX-1の増加につながります。禁煙をお勧めします。

適正体重への減量



カロリー制限や有酸素運動等で体重が減少することで、sLOX-1が低下すると報告されています。減量しましょう。

糖尿病の改善



LOX-1の増加に密接な関わりがあります。血糖コントロールでsLOX-1も改善します。

LAB(酸化変性LDL)が高い場合

禁煙



喫煙は動脈硬化のリスク因子でもあり、LABの増加にもつながります。禁煙をお勧めします。

メタボの改善



動脈硬化性疾患の危険を高める他、内臓脂肪の脂肪組織から活性酸素等が発生します。

食生活の乱れ



暴飲暴食は動脈硬化のリスクとなります。抗酸化作用のある食物*の摂取をお勧めします。

※【ビタミンC:キウイ、イチゴ、トマト】【ビタミンE:ナッツ類、大豆】【ポリフェノール:リンゴ、ココア、赤ワイン】【アスタキサンチン:エビなどの甲殻類】等

公益財団法人 宇都宮市医療保健事業団 健診センター
〒321-0974 宇都宮市竹林町968 TEL:028-625-2213 FAX:028-625-2215

あなたとあなたの大切な人のために年に1度、健康診断を受けましょう!